

SRF 東京グループ瞑想会のご案内

2017年1月

パラマハンサジは、集まって共に瞑想することが各自の霊的進歩にいかに関与するかを強調されました。“グループ瞑想は初心者も熟練者も同じように守ってくれる城であり、参加者一人一人の霊性の自覚がより一層高められるのです”と。SRF 東京グループでは、毎日曜日午前10時より（遅くとも10分前には着席して下さい）、下記の通りグループ瞑想会を開催しております。皆様のご参加をお待ちしております。会場は JR 京浜東北線の大井町駅で下車し、二階中央口改札を出て左手の屋上庭園の向こうにある『LABI ヤマダ電機』との総合建物になった品川区立総合区民館『きゅりあん』の会議室です。

瞑想会日定表

年 月	第一日曜日	第二日曜日	第三日曜日	第四日曜日	第五日曜日
2017年 1月	1日 お休み	9日 5F 記念瞑想会 第三講習室	15日 5F 第三講習室	22日 5F 第三講習室	29日 4F 第一特別講習室
2月	5日 4F 第二特別講習室*	12日 5F 第三講習室	19日 5F 第三講習室*	26日 5F 第三講習室	
3月	5日 5F 記念瞑想会 第四講習室*	12日 5F 記念瞑想会 第三講習室	19日 5F 第四講習室*	26日 5F 第三講習室	
4月	2日 5F 第四講習室*	9日 4F 第一特別講習室	16日 5F 記念瞑想会 第二講習室*	23日 4F 第一特別講習室	30日 4F 第一特別講習室
5月	7日 5F 記念瞑想会 第四講習室*	14日 5F 第四講習室	21日 5F 第三講習室*	28日 5F 第四講習室	
6月	4日 5F 第三講習室*	11日 5F 第三講習室	18日 5F 第三講習室*	25日 5F 第四講習室*	

**** ヨガナンダ大師の生誕記念瞑想会は2017年1月9日（月）の祝日になります。**

記念瞑想会 2017年 1月 9日 ヨガナンダ大師の生誕日（1893年1月5日）
 3月 5日 ヨガナンダ大師マハサマデー（1952年3月7日）
 3月 12日 スワミ・スリユクテスワのマハサマデー（1936年3月9日）
 4月 16日 イースターサンデー（2017年4月16日）
 5月 7日 スワミ・スリユクテスワの生誕日（1855年5月10日）

*という表記は3月、5月の第一週の長時間瞑想の日を除き、運営会議等で午後も会議室を使用することを表しています（午前と同室とは限りません）。瞑想は行いません。